

12ステップを用いたセルフヘルプグループにおけるエンパワーメント過程を探る

塚 本 真 代

〔抄 録〕

アディクション⁽¹⁾からの回復には、セルフヘルプグループ（以下、SHG）が有効とされ、代表的なSHGとしてアメリカで誕生したアルコールクス・アノニマス（以下、AA）⁽²⁾があげられる。AAでは回復の指針として12ステップが使用され、他のSHGのモデルとされている。本研究ではAAで使用される12ステップに焦点をあて、物質依存症であるアルコール依存症のSHGであるAAメンバーと、嗜癖行動である摂食障害のSHGであるオーバーイーターズ・アノニマス（以下、OA）⁽³⁾のメンバーの語りからエンパワーメント過程を探り、回復について考察した。その結果、各メンバーはアディクション問題が表面化する前から生きづらさを感じ、それがアディクションを必要とする要因の1つであることが明らかになった。つまり回復とは症状を手放すだけでなく、本質的な問題である生きづらさに向き合って成長を目指す必要があり、その過程は、一生涯続く霊的な成長であることが明らかになった。

キーワード：12ステップ、セルフヘルプグループ、アディクション、エンパワーメント

は じ め に

人はアルコールや薬物の物質依存だけでなく、摂食障害、ギャンブル、買い物等の嗜癖行動にも依存し、これが過度になると身体的、心理的、社会的、経済的と生活する上でさまざまな不都合や支障が生じる。最初は単に生活の潤いやストレス発散だったものが、習慣化して強迫的となってコントロールできなくなれば、生活問題や社会問題、健康問題等として専門的な支援や関わりが必要となる。これらの問題は今でこそ医療、保健、社会福祉、司法、教育等の多領域で対応されるが、例えばアディクションの代表とされるアルコール依存症も以前は対処方法がない時代があった。しかしSHGの草分け的存在のAAが誕生して回復者が出たことで状況が変わり、更にAAの方法を見本として薬物依存症や摂食障害、ギャンブル依存症等のSHGも作られている。本研究ではAAで使用される12ステップに焦点をあて、AAの方法が

12 ステップを用いたセルフヘルプグループにおけるエンパワーメント過程を探る（塚本真代）

手本とされる理由や SHG に参加するメンバーのエンパワーメント過程を AA と OA に参加するメンバーの語りから考えていきたい。

第 1 章 研究の背景と目的

1. 現状と問題

AA は 1935 年にアメリカで 2 人のアルコール依存症者が出会って誕生し、2013 年 1 月で世界約 170 か国以上、メンバー数は約 213 万以上といわれる⁽⁴⁾。AA の特徴は「12 のステップと 12 の伝統（以下、12&12 という）⁽⁵⁾」であり、12 のステップは回復の指針、12 の伝統はグループを維持する指針とされる。現在、障害や問題が違っても関わらず AA と同じ 12&12 を用いる SHG が複数存在するが、その理由や参加者の回復過程について問題意識を持ったことが最初である。先行研究は AA や断酒会に関する研究、1 つのアディクションとその SHG に関する研究、12 ステップを使用する SHG と非 12 ステップの SHG の比較という研究が多い。本研究では 12&12 に焦点をあて、各グループの手本である AA の方法が摂食障害の SHG である OA でも使用される点を比較し、当事者がエンパワーメントしていく過程を明らかにする。

2. 研究目的

- 1) 当事者は最初自らが持つ生活障害に圧倒される存在だったが、SHG に通い続け、仲間の支えを得ながら新しい生き方や視点を得て、生きる気持ちを取り戻す。この過程を SHG の持つ援助機能特性の 1 つであるエンパワーメントと考え、その過程を明らかにする。
- 2) SHG の原点とされる AA の 12&12 やグループの原理が、他のアディクションの SHG に用いられるのは、何らかの生活障害を軽減させる共通点があると考え、当事者の経験を聞き、語りの中から探っていく。

第 2 章 研究方法

1. 調査方法

予備調査後に 12&12 を用いた SHG に 1 年以上参加する当事者 8 名に半構造化面接にて個別インタビューを行い、同意の上で録音して逐語化した（調査期間は平成 25 年 3～5 月）。

2. 倫理的配慮

佛教大学の「人を対象とする研究計画等審査申請書」を提出して審査を受け、平成 25 年 3 月 5 日付けで研究計画の承認を受けた（承認番号 H24-48）。

3. 分析方法

逐語化したデータはエクセルでコーディング作業を行い、回復へのエンパワーメント過程を分析する方法として、複線往路・等至性モデル (Trajectory Equifinality Model: TEM, サトウタツヤら)⁽⁶⁾ を使用、TEM 図と分析概念表を作成 (メンバー 8 名分作成後、AA と OA メンバーの TEM 図としてまとめた。例として AA メンバーの TEM 図を掲載、図 1 参照)。

4. 半構造化面接の質問内容 (インタビューガイド)

① 基本属性：年齢、性別、社会参加の状況、② SHG に関すること：参加している SHG、参加のきっかけや動機、参加期間、参加し続けている理由や動機、③ 生活する中での SHG や仲間の位置づけ：生活の中での SHG や仲間の意味、生活障害や生活上の困難がどのように変化したか、④ SHG の必要性や意義、⑤ 12 ステップの意味、⑥ 自分にとっての回復とは

第3章 研究結果

1. 調査協力者の概要 (インタビューに協力してくれたメンバーは下記表のとおりである)

	年齢	性別	参加している SHG	SHG を知ったきっかけ	インタビュー実施時の状況
A	54	女性	AA	専門職者 (医師)	通所事業所利用中
B	57	男性	AA、(断酒会)	専門職者 (PSW)	通所事業所利用中
C	37	男性	AA	専門職者 (医師)	通所事業所利用中
D	68	女性	AA	専門職者 (医師)	退職者
E	48	女性	OA	専門職者 (医師、PSW)	有職者
F	41	女性	OA、AC	本	主婦
G	40	女性	OA	本	有職者
H	42	女性	OA	アラノンメンバー	有職者

2. 分析結果と考察

1) TEM 図作成後、AA メンバーの回復過程を第Ⅰ期～第Ⅲ期に分けて、考察した。

(i) 第Ⅰ期 —— アルコールに依存していくまでの時期

インタビューした AA メンバーは何らかの「生きづらさ」を感じ、成育過程において安心や安全が感じられない環境にいた。A さんは「父親が瞬間湯沸かし器のように怒る人で顔色ばかりみて成長し、暴言がつらかった」、B さんは「働いて頑張ることが大事という両親の元で育ち、妹と比較や心配されるのが負担だった」、C さんは「保育所の頃から話せず、何か言われると怒られていると感じた」、D さんは「自分がつぶされてしまうという感覚があった」と語る。次に飲酒のきっかけである。最初は仕事上の付き合い等の「機会飲酒」が、やがて「習慣飲酒」⁽⁷⁾ へと変わっていく。A さんは「お酒に強く、飲むことが楽しかった。しかし 40 歳過ぎで家事手伝いになり、キッチンドリinker ようになった」、D さんは「仕事帰りに同

12 ステップを用いたセルフヘルプグループにおけるエンパワメント過程を探る（塚本真代）

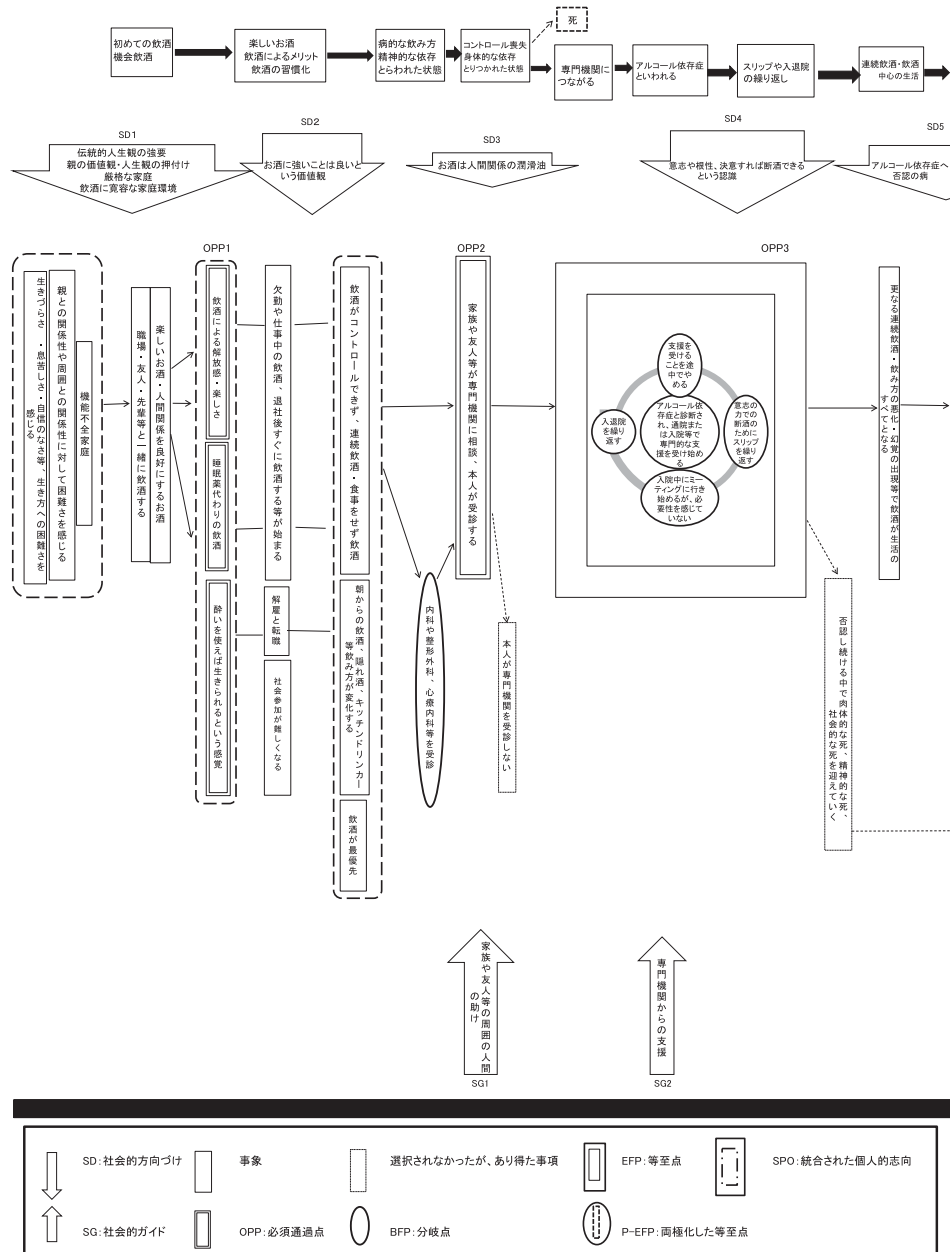
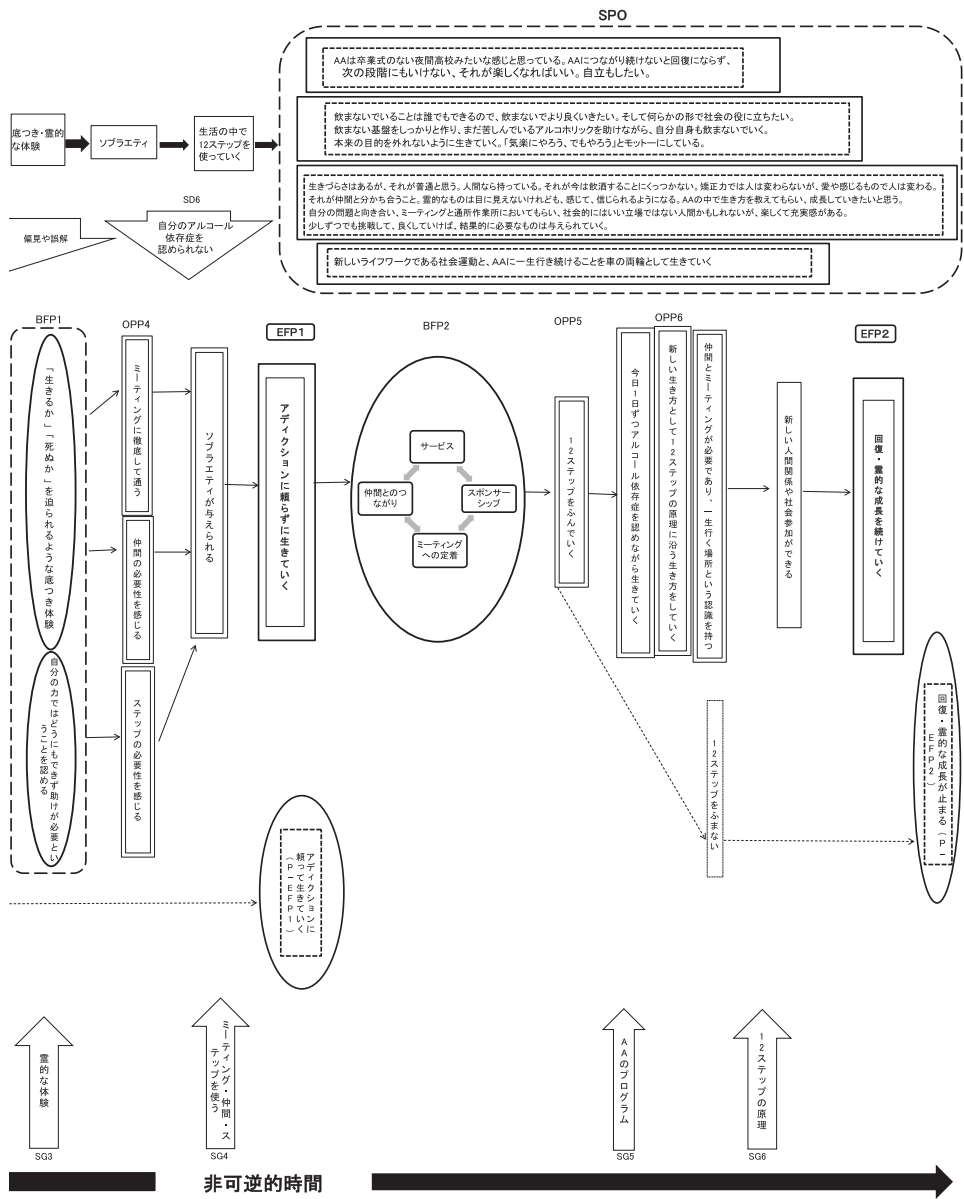


図1 AAメンバーのエンパワメント過程



僚と飲酒するだけだったのが、母親の看病で週末に帰省し始めた頃から睡眠薬代わりに飲み始め、量が増えた。次の日もお酒が残り、臭いを消すためにシャワーをあびる、香水をつける等して出勤していた」と語る。TEM 図を作成した結果、各メンバーが徐々にアルコールに依存していく径路を明らかにすることができたと考えられる。

（ii）第Ⅱ期 —— アルコール依存症といわれてからソブラエティ⁽⁸⁾を得るまでの時期

アルコール依存症といわれたのは、アルコール専門機関（以下、専門機関という）においてだが、自らの意志で専門機関につながったのではなく、第三者が関わっている。A さんは「母の支援者の紹介で専門機関に入院」、B さんは「妹に病院へ行く様に言われ、飲酒して役所へ相談に行った。精神科に抵抗があって心療内科に行くが、専門機関を紹介された」、C さんは「20 歳で精神病院に入院、専門機関に転院してアルコール依存症といわれた」、D さんは「心配した職場の友人が知り合いの精神科医に相談、一緒に専門機関を受診」と語る。各メンバーたちは、専門機関で「アルコール依存症」といわれて入院や通院を始めてから、最初のソブラエティを得ているという径路を辿っていることが明らかになったと考えられる。

（iii）第Ⅲ期 —— ソブラエティを得て回復していく時期

専門機関では SHG へ通うことをすすめるが、最初はミーティングを嫌がる場合が多い。A さんは「主治医に言われたから」とミーティングに通い始めるが、「最初は話が入ってこず、自分を卑下してそこまでいわなくてもと思った。表情もない、口もきかない。言われたから通い、あてられたら、少し話す感じだった」と語る。それがやがて「毎日通って、飲む暇を作らないようにする中で、仲間の体験を聞かないと断酒できないと思い始めた」となる。更に最初は「飲むことが好き」と思っていたが「ソブラエティが続き、あの苦しい状態は嫌と思う。飲まないでも楽しいことがあると知った」となり、ミーティングや仲間が必要と認識が変化していく。また D さんは専門機関を退院後、AA に行きながらスリップを繰り返し、そのことを黙ってバースデイのメダル⁽⁹⁾をもらったことがある。しかし後にミーティングで正直に話し、温かく、時には笑いと共に受け入れられている。なぜならメンバーは大なり小なり似た経験を持つからである。スリップやそれをごまかすための行動も安心して話せる場があるのは、ミーティングが必要な理由の一つである。失敗や嘘をついたことよりも正直になることが大切とされ、葛西がいう「AA では再飲酒してしまったのは仕方ないとして、更に断酒を継続していくよう勧められる。再飲酒は『掟破り』ではなく、『想定内』の出来事である」といわれるように、スリップは最初から織り込みずみなのである⁽¹⁰⁾。また D さんは先行く仲間に「1 年のソブラエティまでは何回スリップしてもいいといわれて、ほっとした」と語る。スリップを誰よりも一番後悔しているのは、自分自身であることは、同じ経験を持つ仲間だからこそのわかるのだろう。このような仲間からの言葉や経験のわかちあいは、回復する上で大切と考えられる。D さんはその後、ミーティングに通い続け、回復して 20 年経つという。自分の生き方を見つめ直し、「何事もほどほどにマイペースを守り、身の丈にあう生活を心がける。ミーティング

は空気みたいな存在、一生行く場所」と語り、ミーティングを生活の一部として新たな人生を歩んでいる。そして「次に飲酒すれば死ぬと思うという自覚を持ち、自分がアルコール依存症であることを日々受け入れながら生きていく」とも語る。つまり回復には、生き方を見つめ直す場としてミーティングや12ステップをふむことが重要であり、これは各メンバーの語りやTEM図作成によってその経路を明らかにすることができたと考えられる。

2) TEM図を作成後、OAメンバーの回復過程を第Ⅰ期～第Ⅲ期に分けて、考察した。

(i) 第Ⅰ期 —— ダイエットを開始したり、食べ物や体重に対し過度にとらわれていく時期

インタビューしたOAメンバーは何らかの理由で親との関係性に課題があったり、空虚感、低い自己評価・自尊心、見捨てられ不安等を感じていた。Eさんは「素の自分ではいられない。自分がなくて生きづらい。見捨てられ不安があった」、Fさんは「父親がアルコール依存症とDV加害者で、身近な人から性的虐待を受け、安心や安全を感じられなかった」、Gさんは「大学2年の時につまずき、ついていけないと感じた。彼氏ができたら楽しいと思ったが、あれっという感じで、変化を期待してダイエットを始めた」、Hさんは「10代の頃からややもやとした生きづらさを感じていた。父親にはっきりと言われてないが、1人目は男の子を希望していたかもと感じて期待に応えなかった」と語る。実際「摂食障害者は自己への否定感が強い、自己評価や自尊心が低い、孤立、完全主義、感情の遮断、無力感」があるといわれる⁽¹¹⁾。またアディクション問題を持つ者は幼少期に虐待やネグレクト、性的被害等のトラウマ体験を持つ者が多いという報告もある⁽¹²⁾⁽¹³⁾。更にこのような環境の中で育った人は共依存的傾向を持つことが多く、成人すると自分が依存症になったり、依存症の配偶者を選ぶ傾向がある⁽¹⁴⁾。これらを背景に、例えばEさんは中学の時に隠れ食いし始め、太ったと言われて極端な食事制限を始める。週刊誌で「吐く」という方法を知って過食嘔吐が習慣化、その後下剤乱用や過度な運動も加わる。そして「自分がない感覚があり、それが過食嘔吐と関連していたように思う」と語る。TEM図を作成した結果、各メンバーが徐々に食べ物や体重にとらわれていく経路を明らかにすることができたと考えられる。

(ii) 第Ⅱ期 —— 過食や拒食等にはまってしまう助けを求める時期

Eさんは母親が保健センターに相談、摂食障害といわれて通院し始めるが、最初は病気や仲間が認められなかった。その後入院して院内ミーティングを受け続ける中で変化し、退院後はOAに通い始める。「退院して最初のミーティングで仲間に『やっと来たね』と言われ、ここにいてもいいと思って楽になった」と語る。またHさんはOAのチラシをもらった時、「無関係と思っていたかったので、泣いて怒った」と語る。しかし「認めてないが、過食への罪悪感は強かったのでOAに行き、すぐに定着した。初めて参加したOAで『ここであって』『ここならしゃべっていい』と感じた」と語る。TEM図を作成することで、Eさん、Hさんのようにミーティングで、「受容」「安心感」「居場所」「経験の共有」「わかちあい」等を経験する経路

を明らかにすることができ、これらがミーティングの定着には重要と考えられる。

（iii）第Ⅲ期 —— アブスティネンス⁽¹⁵⁾を得て回復していく時期

OA メンバーはミーティングにつながっても、アブスティネンスを得るまで時間がかかる。E さんは「ミーティング中は食べ物の中で頭が一杯」という状態だったが、サービスという新しい行動を始める。それまで仕事をして3年以上続かなかったが、ミーティングが続いて、自信がついたという。次に仲間への思いが変化する。「仲間の話を聞き、認められている、楽になる、ここにいてもいい、とを感じるようになった」と語る。やがて症状はあるものの、感情を感じて表現でき、アルバイトや合唱団に入る等で生活が広がる。最後に「先行く仲間のように夕方ミーティングに行き、夕食を食べて1日過食嘔吐をやめた」という。つまり先行く仲間がわかちあう経験を取り入れたのである。そして「過食嘔吐で感情や不安をごまかしていた」と気付いたという。自分の中の感情を言語化できれば、症状で表現する必要はない。症状は不安や罪悪感、緊張等の心の痛みや問題に向き合うことを避けるために用いられる⁽¹⁶⁾。E さんは「症状の有無に関わらず、病気も含めて自分のことを認められるようになり、先行く仲間の言葉が実感できる。日々の生活の中で12ステップを使い、生きる方向性の確認や安心感が得られる」と語る。「生きていくための対処方法」⁽¹⁷⁾として必要だった症状が、新たに12ステップをふむことへと変化し、これらの径路がTEM図を作成することによって明らかにすることができたと考えられる。

3. 12ステップとエンパワメント過程

次は12ステップと分析概念の関係性について表を作成した上でエンパワメントしていく過程について考察した結果について述べていく（〔 〕はステップのキーワード）。

- 1) 〈ステップ1〉 私たちはアルコール（食べ物）に対し無力であり、思い通りに生きていけなくなったことを認めた〔無力、正直、認める、助けが必要〕
- 〈ステップ2〉 自分を越えた大きな力が、私たちを健康な心に戻してくれると信じるようになった〔自分を越えた大きな力、希望〕
- 〈ステップ3〉 私たちの意志と生き方を、自分なりに理解した神の配慮にゆだねる決心をした〔ゆだねる、信じる、自分なりに理解した神〕

（1）無力と底つき

ステップ1において、AAではアルコール、OAでは食べ物に対する無力を求められる。「無力」とは、一言でいうと「お手上げ状態」「助けが必要」「完全な敗北宣言」であり、自分一人の力ではどうにもできない、思い通りに生きていけないことを認めた状態である。「12ステップをすべて100%完璧にできる人はいないが、ステップ1の無力だけは100%認めることが必要といわれている」⁽¹⁸⁾。アルコールでも食べ物でも、アディクションとなれば意志の力で

はコントロールできない。しかし「次はうまくやれるかもしれない」「意志を強く持てばいい」等思い、いろいろと試みては失敗を繰り返す⁽¹⁹⁾。「無力」を認めるにはAAでいう「底つき」が必要とされる⁽²⁰⁾。ここでいう「底つき」とは、例えば仕事、家族、住居、信用、最後には命を失くすまでを意味するのではない。最近では「下がっていくエレベーターからいつ降りるかという決断をする」といわれる⁽²¹⁾。つまり現状がどうにもならず、助けが必要ということを真摯に受け止めて認めることである。Dさんは最後に「飲むことをやめるか、死ぬか、一生精神病院に入るかのいずれかしかないな、と思ひぞつとした。その時お酒に振り回されるのは嫌だ。ちゃんと生きたいと心底思い、すぐに仲間に電話した」という底つきを経験している。またHさんは「過食を意志の力で止め、玄米菜食で3か月程は絶好調だが再び過食が始まる状態を、OAにつながりながら繰り返した。最後に玄米菜食を放棄してアブスティネンスが続いた」と語る。今までの自分のやり方、つまりアディクションを使う方法ではうまくいかないということを心底認めて、助けを受け入れる意志をもつことが回復への第一歩になると考えられる。

(2) 行動すること

ステップ1の無力を認めた後は、変えたいという意志を持って行動することを求められる。それまでの飲酒や過食等に費やした時間や労力を、ミーティングに行く、12ステップを使う、サービス等の新しい行動に変える。Cさんは「飲むことには理由はなく、飲まないためにミーティングは必要。4年間で3300ぐらい行ってる。決心した、覚悟を決めた等ではやめられない。信じるのは、足（筆者注：行動することを意味する）で、脳みそが足の裏についてるという。口、気持ち、思考、感情とかで行動を決めたらミーティングに行かなくなる」と語る。しかし行動を変えることは容易ではない。なぜならSHGにつながるまでは何かあればアディクションを使うことが、なじみの対処方法だからである。AAの文献にもあるように、アルコールは「巧妙で、不可解で、強力なもの」である⁽²²⁾。それゆえ最初はミーティングに徹底して通うことが、回復への近道となり、新しい行動へとつながっていくと考えられる。

(3) ハイヤーパワー (Higher Power, 以下、HP という)

無力を認めて行動する中で、次はHPを信じて、ゆだねることが必要となる。HPは「自分を越えた大きな力」「自分なりに理解した神」とも表現されるが、最初はHPに抵抗を感じる。その理由は大抵のメンバーが宗教性を感じるためという。Aさんは「アメリカが発祥やから本当はキリストの教えでしょう。AAはアルコールはダメという宗派から起因してる。旧約聖書や新約聖書、私、中学高校と宗教関係だったから宗教くさいと思う」と語る。しかし12ステップの中で使用されるHPや神等は、特定の宗教や神を信じることは求めておらず、「自分のグループやAAそのものをHPにすればよい」とされ、信じやすい形の具体的な提案も示されている⁽²³⁾⁽²⁴⁾。Cさんは「アル中の神父さんが神はみえないけどいるって。神を信じろという話じゃなくて、霊的なことは、見えないものを信じること。目に見えるものは一杯あるけど、目にみえないけど、感じて、信じる。だから仲間の中でHPとか、みえない。ミーティン

グに参加してわちあい、すごい力をもらってもね」と語る。また H さんはアブスティネンスを得ている仲間との違いについて考えたところ、「その仲間は HP をもってたけど、私は信じきれず、ステップもそうだった。昔から宗教色のあるものに拒否反応があった」と語る。それがミーティングにつながり続けて変化する。「神頼みというと仏教くさいけど、任せる先がある感じ。この感覚が育ったのも、ミーティング、ステップ、スポンサーを通して、スポンサーを信頼したり、摂食が止まったりで、HP を信じられるようになった。無理かもと思う時に頼む先があるのは、私の人生にとってすごく大きい」と語る。A さんはまだ HP に抵抗感がある。C さん、H さんはミーティングに通う中で、自分なりの HP をみつけている。それはミーティングや仲間の言葉等であり、突然理解するのではなく、徐々に感じていくようである。つまり HP を信じて、ゆだねられるかが、回復の分岐点になると考えられる。実際、「HP を信じる力が強い人の方が、そうでない人より再飲酒の程度が軽い」という報告がある⁽²⁵⁾。

2) 〈ステップ4〉 恐れずに徹底して、自分自身の棚卸しを行い、それを表に作った〔勇気〕

〈ステップ5〉 神に対し、自分自身に対し、そしてもう一人の人に対して、自分の過ちの本質をありのままに認めた〔誠実さ、あるがままの自分〕

ステップ1～3をふみながら、アディクションを手放していく。次はアディクションがなぜ必要だったかに向き合うために「棚卸し」を書く。ステップ4に取り組む時期は「ステップ3を終えたらすぐに行うべきである」とされる⁽²⁶⁾。その理由は正しいやり方や時期を探して先延ばしすれば、飲酒や過食等に戻るからである⁽²⁷⁾⁽²⁸⁾。AA のビルはこのステップを商売の棚卸しに例えて、やらなければその商売は破産する、つまり病気に戻ると説明する。更に棚卸しは頭の中でやるのでは正確な在庫数が確認できないために、表として実際に書き出す必要性があると説明する⁽²⁹⁾。紙に書き出すことで何度も見直すことができ、自分がとった行動、感情、反応等が客観的にみえる。アディクションにつながる感情として、恨み、怒り、恐れ、罪悪感、後悔、恥があるといわれる⁽³⁰⁾。いずれにせよ、このステップに取り組むことがアディクションを必要とした生き方を変えるための次の段階になる。C さんは「棚卸しは2回やった。自分にとっては生き方そのもの。4、5が終わるまでは居心地が悪いと話す仲間もいて、終わって初めて仲間という感覚を得られる。2回目の5が終わって、どんどん楽になった」と語る。また書き上げた棚卸しは HP ともう一人の人間に聞いてもらうとされる。それは12ステップやグループの事を理解する信頼できる人を選ぶとされ、例えばスポンサー、宗教者、専門職者等だが、最も重要なことは正直にありのままに話すことである。

AA ではステップ4、5をやる場合は、必ずソブラエティを得た後に行うとされている。しかし OA ではアブスティネンスを得た後に行うだけではない。棚卸しをやることでアブスティネンスを得ることがあり、症状を抱えながらやる場合もある。この点は AA と OA では違う。OA のステップ4には「理想をいえば、強迫的な食べ方が止まってから取り組むべきも

のだろう。そうすれば、頭のなかがすっきりしているため、自分のことを徹底的に振り返ることができる……中略……アプスティネンスにはたどり着いていないが、最初の三つのステップを終えたところですぐさま棚卸しに取り掛かったという仲間もいる。棚卸しを書いていると、ステップ3の決心のとおり生きてみようという気持ちが固まるため、アプスティネンスが与えられることがよくあるのだ」という。OAではステップ4を通して恥や罪悪感に向き合うことで「あなたの存在が間違いだ」という偽りの思い込みから解放されるという。つまりOAメンバーの中には自己の存在そのものを否定している場合があり、ステップ4をやることで「あなたは間違いをただけだ」と認識が変化し、アプスティネンスが与えられると考えられる⁽³¹⁾。Eさんは過食嘔吐が減少する中で「仲間とのトラブルがきっかけでステップ4, 5をやったところ、アプスティネンスが与えられた」と語る。ステップ4, 5に取り組むことで、孤独や恥、罪悪感等から解放されて癒しを経験することができ、それがソブラエティやアプスティネンスを継続していくために必要と考えられる。

- 3) 〈ステップ6〉 こうした性格上の欠点全部を、神に取り除いてもらう準備がすべて整った
〈ステップ7〉 私たちの短所を取り除いて下さいと、謙虚に神に求めた〔やる気、謙虚〕

AAのステップ6には「大人と子ども分けるステップ」とある⁽³²⁾。アルコール依存症は「対人関係障害」という別名があるとされ、生きていく上で大きな障害になっている⁽³³⁾。実際「依存症の中心をなすのは苦痛である……中略……(1)感情、(2)自分には価値があるという感覚、自尊心、(3)人間関係、および(4)行動——特にセルフケア——といったものの調節障害に由来している」といい、これらの能力が不足していることによる種々の苦痛が、アディクションを必要とすると考えられる⁽³⁴⁾。ステップ4, 5で明らかになった「性格上の欠点」、言いかえれば「生きづらさ」だろうが、それを実際に変えていく意欲を持って実行するステップであり、やる気と謙虚さが求められる。Gさんは「何事もほどほどにすること。自分は自分、人と比較をしない。自分のペースを守り、欲は出さない。次に飲めば死ぬと思うので」と語る。つまり生き方を変え、変化しながら成長するために必要なステップと考えられる。

- 4) 〈ステップ8〉 私たちが傷つけたすべての人の表を作り、その人たち全員に進んで埋め合わせをしようとする気持ちになった〔自制心、愛〕

- 〈ステップ9〉 その人たちやほかの人を傷つけない限り、機会あるたびに、その人たちに直接埋め合わせをした〔埋め合わせ、許し〕

アディクションは「自己破壊的な行為」といわれる⁽³⁵⁾。更に自分を傷つけるだけでなく、周囲をふり回し、傷つけ、巻き込む。他者との関係で生じた恐れ、罪悪感、後悔、恥等を過去の事とせず、自分が与えた傷や損害に対しては埋め合わせをする。Dさんは少年院入所時に父親が危篤になり、家庭裁判所から特別に面会許可がでた時にシンナー吸引を優先させたこ

とがあり、埋め合わせが必要と感じていた。そこで「父親の墓参りに行き、酒や薬を使わないことで仲間に受け入れてもらい、自分も仲間を受け入れて生きていると報告した」と語る。また埋め合わせは他者に行うだけではない。OA のステップ 8 には「埋め合わせのリストの上位に自分自身があがったという人は多い」とあり、自分自身にも埋め合わせをして、過去の過ちを許すことが回復には不可欠とされている⁽³⁶⁾。なぜなら長期間にわたり自分自身を深く傷つけているからである。G さんは「病気になる前に行ったドイツの街並みが素敵で、また行きたかった。30 代で初めて正社員になり、月給やボーナスをもらえた時、再び行った。人よりも 10 年遅れて青春時代を迎えた」と語る。このように人生を楽しんだり、幸せを感じることは、自分を大切にする、ケアすることであり、埋め合わせの 1 つになると考えられる。

5) 〈ステップ 10〉 自分自身の棚卸しを続け、間違ったときは直ちにそれを認めた〔根気〕

〈ステップ 11〉 祈りと黙想を通して、自分なりに理解した神との意識的な触れ合いを深め、神の意志を知ることと、それを実践する力だけを求めた〔霊的な気付き〕

OA の文献『For Today』（Overeaters Anonymous 1982）7 月 22 日のページに「この自然界のなかで永久に到達するには、繰り返すことしかない」とある⁽³⁷⁾。また「回復はゴールではない。回復とは回復し続けること」という⁽³⁸⁾。つまりステップを生活の基盤として実践することが求められている。B さんは「12 ステップの原理をあらゆるところにいかせば、飲まずにより良く生きられる」、D さんは「12 ステップは回復の道筋であり、3 年をひと回りとして進めるという提案を理解する」、E さんは「12 ステップを通して日々生活する中で、方向性の確認や安心感を得る。12 ステップを生き方に応用しながら気楽にやる」、G さんは「プログラムは道具であり、ステップという考え方を使えば困った状況等を乗り越えられる」等、各メンバー表現は違うが、12 ステップを生きる上での指針や道具、方向性と捉え、その原理を生活における基盤として考えている。更にその助けとして使用されるのが「神と意識的にふれあうことができる祈り」である。ミーティング終了時、困難にぶつかった時、起床時や就寝前等に祈りを唱える。いくつかある祈りの中で最も使用されるのが、「平安の祈り」⁽³⁹⁾である。メンバーたちは 12 ステップを使って今日 1 日ずつを大切に生きていると考えられる。

6) 〈ステップ 12〉 これらのステップを経た結果、私たちは霊的に目覚め、このメッセージをアルコールク（オーバーイーター）に伝え、そして私たちのすべてのことにこの原理を実行しようと努力した〔サービス〕

最後にまだ苦しんでいる仲間に回復のメッセージを運ぶステップである。アディクションに人生を支配されていた状態から自由になり、12 ステップを使った新しい生き方を得ていく変化を「霊的な目覚め」「霊的な回復」として捉え、それを仲間に伝えていく。H さんは「10 代

後半からもやもやとしんどかった自分が、今の生き方、12ステップとか、2~3回会っただけの人にスポンサーを頼み、深いわちあいをしてもらおうというすごい関係」とスポンサーシップを通してメッセージを受け取っている。またEさんのようにチェアパーソンをやりながら「自分がよくなったら他の人を手助けしたい」というように、ミーティング場もメッセージを運ぶ場である。そしてFさんのようにAAの中で矯正・更生施設委員会のメンバーになり、「他府県の仲間に出会った。関西では自分よりもひどいと思う人がいなかったが世の中は広がった。自分よりも服役歴が長い人がおり、人が変わることを信じられるようになった。ええ話ではないが、少年院、少年刑務所、刑務所、長期刑務所。しかも罪名が殺人の人もいる。でもそういう人たちも、罪を償って飲まずに10年、20年経つ。今まで人が変われると思えなかったけど、変われるって信じれた。それでちょっとかっこいいのを作った。矯正力では人を変えられへんけど、愛でもいい、感じるもので人は変わる」と語り、矯正・更生保護施設へメッセージを運びたいと思って参加したが、逆に仲間からメッセージを受け取っている。

4. 12ステップを用いたSHGが存在する意味

ここまでは12ステップとエンパワーメント過程の関連について考察した。次は12ステップをふむことでエンパワーメントしていくならば、SHGは不要で、一人での回復が可能ではないかという点を考えたい。本論文では、人はなぜ依存症になるかという問いに対し、「自己治療としてのアディクション」を提唱し、「心理的な痛みこそが依存症や嗜癖行動の中心的問題」と考え、その痛みを「感情的苦痛、自尊心、人間関係の葛藤、セルフケアの欠如」によるという理論を基にして考えたい。彼らは「12ステッププログラムは、依存症者を『包み込み(contain)』ながら、その一方で変化を促すという、きわめて洗練された方法で集団心理を利用することによって達成されている」と評価する⁽⁴⁰⁾。

1) 感情的苦痛からの解放 ～助けを求める～

アディクションを手放す第1歩として繰り返し述べられるのが、ステップ1の「無力」を認めることであり、ミーティング、仲間、文献等の中で語られる。今までの方法には限界があり、一人では生きていけないことを認めていく。各メンバーには後から振り返った時に「底つき」といえる時点があり、それが助けを求めるという次の段階に向かい、最後にSHGへの継続的な参加となる。次に助けを求める先がSHGである意義を考えたい。特にAAメンバーは専門機関につながってから専門職者がSHGにつなげている。なぜならアルコール依存症にはSHGやグループ療法が有効とされ、それはいくつかの報告からも明らかである⁽⁴¹⁾⁻⁽⁴⁴⁾。

具体的なグループ・プロセスの有効性は「グループは支持、強化、制裁および規範を提供する。グループによって個人の力が広がり、仲間同士の援助ができ、制限がもうけられ、メンバーが分かちあうことを学び、フィードバックをし、いろいろな時間を過ごすことができる

……中略……グループへの参加は充実した時間を与え、嗜癖行動の変容を助ける」という⁽⁴⁵⁾。また中田がいう「セルフヘルプは相互の営みであるから、セルフは自分（I）だけでなく、わたしたち（We）をも指す。どのようなわたしたちを指すのかといえば、解決困難な生活上の課題に出会って、一人ひとりが自分の弱さ、脆さに向きあわざるを得ない人たちである」という点も重要である⁽⁴⁶⁾。つまり各メンバーが抱える課題は、SHGの中で仲間と共に向き合えばよいということである。事実 12&12 は、「私たち……」で始まり、これは一人で回復を目指さなくてよいことを意味する。孤独でアディクションと一人で闘い続けるしかなかったのが、SHGに参加し仲間とつながって孤独から解放され、共感や受容を経験していく。このような AA を葛西は単なる「居場所ではなく文字通りの運命共同体である」という⁽⁴⁷⁾。つまり仲間とのつながり、HP、12 ステップ等が感情的苦痛を癒してくれると考えられる。

2) 自尊心を取り戻す ～認知と経験の再構築、自己の再生、過去と現在をつなぐ作業～

「SHG のシステムの 1 つとして機能するグループ・プロセスは、SHG に参加するメンバーのアイデンティティの再建や自尊心の改善に有効に働きかける」という⁽⁴⁸⁾。SHG という新たな居場所で、仲間と新たにつながり、支え合う。そして仲間の経験を聞き、自らの経験を語り、わかちあう。アディクションを持つ者には、バーンズがいう「認知のゆがみ」がある⁽⁴⁹⁾。それゆえに新たな視点で過去をふり返り、捉え直す必要がある。それは平野がいう「体験を聴き体験を語り、組み替え直す」であり⁽⁵⁰⁾、クラウディア・ブラックがいう「過去と現在をつなげる」である⁽⁵¹⁾。12 ステップという回復の道具を使い、仲間とつながり、新しい視点で過去を捉え直し、現在の自分に与える意味や影響を認識し、経験の再構築をしていくと考えられる。

3) 人間関係の改善 ～健康的な人間関係の持ち方を学ぶ～

AA では「自己中心主義—自分本位であること。これこそがわれわれの諸問題の根源である」とされ、それが恨み、怒り、恐れ、罪悪感、後悔等を生じさせて行動していたという⁽⁵²⁾。つまりアディクションはこれらの苦しみを表現する 1 つのメッセージであり、本質的な問題である人間関係の改善が必要と考えられる。ジョー・マキューも「強迫的な行動やアディクションがどのようなものであれ、それは根本にある病気の症状にすぎない。愛、寛容、忍耐、勇気、謙虚、知恵を持てるような関わりを学ぶ必要がある」という⁽⁵³⁾。

4) セルフケアの向上 ～新しい生き方、視点、考え方を学ぶ～

前述のような「感情と行動の調節不全があるとそれが生活障害となり、生活のしづらさや困難さとなっていく」⁽⁵⁴⁾。SHG につながる前は、心身を傷つけ、人間関係を悪化させると知っていても自己破壊的な行動を続けてきた。それが SHG に出会い、12 ステップを使うという新たな

な対処方法を得た。ステップをふみながら、新しい生き方、視点、考え方を学んで実践することでセルフケア能力は向上し、これは文献や口伝えのプログラムとしてミーティングやスポンサーシップ等のわかちあいで伝えられる。これは「SHGの援助の特性の1つである体験的知識 (experience knowledge) ということである。これはボークマン (Borkman, 1976) が導入した概念である……中略……体験的知識とは、専門的知識との対比で、① 実用的・実践的であること、② 今ここで (here and now) の方向性 (長期にわたる発達や、知識の体系的な蓄積よりも)、③ 全体的・包括的 (細分化されたものではなく) の3点である」という⁽⁵⁵⁾。例えばDさんは「お酒が切れて2~3日は幻聴、幻視があった。幻聴はテレビや音楽等の他の音をつける、幻視は電気をつけたらみない、点滴代わりにボカリスエットを飲む等の助言は助かった」という。SHGではミーティングや仲間とのわかちあいを通じて、回復に必要な具体的なセルフケアの方法や困難に対する対処方法が手渡されていくと考えられる。

お わ り に

本研究において当事者が12ステップを用いたSHGの中で、どのような過程でエンパワーメントしていくかを探った。その結果、① アディクションを手放すことは最初の第一歩である、② アディクションを手放す代わりに、SHGや仲間とのつながりの中で12ステップを使って新しい生き方を見つけていく、③ アディクションの背後にある本質的な課題に取り組む必要がある、ということが明らかとなった。更にこれらの過程は「回復」だけではなく、「成長」を目指していることも明らかとなった。AAやOAの文献では、「身体的・精神的・霊的な病」と書かれている⁽⁵⁶⁾⁽⁵⁷⁾。つまりアディクションから回復して、エンパワーメントしていく過程とは、ソブラエティやアプスティネンスを得ることだけでない。実際インタビューやTEM図を作成する中で気付いたのが、「アディクションに頼らず生きていく」ということが最終段階ではなく、「回復・霊的な成長を続けていく」という次の段階へと向かわなければ、再びアディクションに頼る生き方に戻るということである。特に重要な点は、「霊的」と訳される「スピリチュアリティ (Spirituality)」である。ユングはアルコール依存症の回復には「霊的覚醒 (Spiritual Awakening) が必要である」と話している⁽⁵⁸⁾⁽⁵⁹⁾。ここでいう「霊的覚醒」とは、「真の回心 (a genuine conversion)」である。スピリチュアリティについては、医療、宗教、文化、科学、武道等の多方面の研究がある。例えば田中は、「スピリチュアルという言葉は、『霊的』とか『精神的』とか翻訳される……中略……スピリチュアル・ペインは自分が存在する (生きる) ことの意味を見失った時に感じる絶望的な心の痛みである。つまり病気で死ぬより、ある存在として死ぬわけである」と述べる。そして「全人的な痛み (トータル・ペイン)」についても触れ、イギリスのホスピス医であるトワイクロスの言葉を紹介する。それは「身体と精神・社会がそれぞれ重なる部分があり、中心にスピリチュアル・ペインがあるという位置

づけの方が現実的である。スピリチュアルな問題をサポートできなければ人間の核になる部分のサポートは出来ない」という⁽⁶⁰⁾。つまりスピリチュアリティとは人が人として生きる上での土台といえる部分であり、健全でなければ自分の基盤がないと感じ、深い孤独や絶望、空虚感等を覚える。また V・J・ターナーはスピリチュアリティとアディクションの関係を「多くの人が慢性的な内面の空虚感を不健康なやり方で埋めようとしてしまう。アルコールや薬物、自傷行為などの自己破壊的行動、強迫的な性行動、あるいは人を夢中にさせる（たいていの場合は破壊的な）さまざまな人間関係は、この心のすきまを埋めるために利用されがちだ」と説明する⁽⁶¹⁾。そしてパウル/エレンは「スピリチュアリティとは、人生の目的を喪失し、心の中に空虚感を抱えて生きる意味を見失い、疎外感と絶望のただなかにいる。だからスピリチュアリティの体験が人生に再び意味を与えてくれる、と AA は教える」と説明する⁽⁶²⁾。

F さんは服役中、後に AA の仲間から「霊的な体験」といわれる経験をする。それは「急に涙がでて目の前に心臓が見えた感じがして、温かく、愛おしいもの、生きようとしていることを初めて実感する」である。また H さんは回復を「魂の旅」と表現したが、アディクションの使用で一時的に緩和されるように感じる苦痛は、「スピリチュアル・ペイン」であり、「トータル・ペイン」なのだろう。だからこそ回復にはスピリチュアリティが必要であり、それは「霊的な成長」、つまり中田がいう「全人的な成長」であると考えられる⁽⁶³⁾。

本研究では SHG における仲間とのつながりの中で、12 ステップという新しい生き方を使いながらエンパワメントしていく過程とは、「霊的な成長を目指していくことである」という点を明らかにすることができたといえる。アディクションに対する援助方法は多様化してきているが、その中で SHG も 1 つの選択となりうるといえるだろう。

附 記

今回、AA メンバーと OA メンバーの語りを TEM 図の作成により分析した。初めての分析方法だったこともあり、当事者が語る言葉を損なわないようにしつつ抽象化する作業は困難で不十分だったと感じている。今後も更なる研鑽をしていきたい。最後にインタビューに快く応じて協力し、自らの経験を正直に語ってくれた当事者の方々、関係者の方々の協力がなくては、本研究はありませんでした。ありがとうございます。深く感謝しています。

〔注〕

- （１）Addiction は、嗜癖、耽溺、悪い癖と訳されるが、日本ではさまざまな嗜癖、あるいは依存症的な状態を指し示す言葉として 1980 年代から使用されている。本稿ではそのまま「アディクション」と使用する。アディクションは大きく 2 つに分類される。①物質（薬物）依存症は、アルコール、処方薬やコカイン等の薬物への依存、②嗜癖行動は、強迫的な行動や頭にこびりついて離れない考え等があり、それに支配されている状態。過食、運動、買い物、ギャンブル等がある〔エド

- ワード・J・カンツィアン, マーク・J・アルバニーズ (2013) 『人はなぜ依存症になるのか —— 自己治療としてのアディクション ——』 松本俊彦訳, 星和書店 pp.1-2]
- (2) Alcoholics Anonymous は, 1935年6月10日にアメリカ・オハイオ州で, アルコール依存症のボブ医師と株の仲買人のビルが会って始まり, 2人が共同創始者とされている。
- (3) Overeaters Anonymous は, ロザンヌ (Rozanne S.) が1960年1月19日に仲間と共にアメリカ・ロサンゼルスで開いた。現在 OA ミーティングは80か国以上, 約6500以上の登録がある。
- (4) Alcoholics Anonymous <http://www.alcoholics-anonymous.org> Service Material from the General Service Office “ESTIMATES OF A. A. GROUPS AND MEMBERS AS OF JANUARY 1, 2013”
- (5) 12のステップは霊的な特徴を持つ一連の原理であり, 生き方として実践されるなら, 飲酒のとりわれがとかれて, 幸福で有用な人間へと変わりうるとされている。12の伝統は, 共同体としてグループを存続させていくための基本とされ, 経験と知恵が集められている [AA (2001) 『十二のステップと十二の伝統』 AA 出版局訳, A. A. 日本ゼネラルサービスオフィス p.23]。
- (6) 安田裕子・サトウタツヤ編著 (2012) 『TEM でわかる人生の径路 —— 質的研究の新展開』 誠信書房 p.53
- (7) 今道裕之 (2005) 『こころはぐくむ —— アルコール依存症と自助グループの力』 東峰書房 pp.24-26
- (8) Sobriety はしらふで生きることを意味する。反対に再飲酒はスリップ (Slip) という。
- (9) ソブラエティを得た日を生まれ変わった日とする。スリップしやすい奇数月毎にパースデー・ミーティングがあり, 記念の色紙とメダルが仲間から贈られる。1年目以降は年単位になる。
- (10) 葛西賢太 (2007) 『断酒が作り出す共同性 —— アルコール依存からの回復を信じる人々 ——』 世界思想社 p.19
- (11) クラウディア・ブラック (1998) 『もちきれない荷物をかかえたあなたへ アダルト・チャイルド, そして摂食障害・依存症・性的虐待……いくつもの課題を乗り越える生き方の秘訣』 鈴木美保子訳, アスク・ヒューマン・ケア pp.79-86
- (12) エドワード・J・カンツィアン, マーク・J・アルバニーズ (2013), 前掲書 p.70
- (13) クラウディア・ブラック (1998), 前掲書 pp.146-150
- (14) V・J・ターナー (2009) 『自傷からの回復 隠された傷と向き合うとき』 小国綾子訳, みすず書房 p.72
- (15) 辞書では (飲食, 快楽を) 慎む, 自制する, やめるとある。OA では強迫的な食べ方をしない, それに結びつく行動をしないことである。AA のソブラエティにあたる。[OA ジャパン 日本サービス理事会 (2012) 『アブスティネンスを守るためにできること』 日本サービス理事会 p.1]。
- (16) 向谷地生良 (2009) 『技法以前 —— べてるの家のつくりかた』 医学書院 pp.24-25.
- (17) 上岡陽子・大嶋栄子 (2010) 『その後の不自由 —— 嵐のあとを生きる人たち』 医学書院 pp.3-4.
- (18) AA (2001), 前掲書 p.95
- (19) AA (1996) 『アルコホーリクス・アノニマス —— 無名のアルコール中毒者たち ——』 A. A. 日本サービスオフィス pp.55-96
- (20) AA (2001), 前掲書 p.35
- (21) エドワード・J・カンツィアン, マーク・J・アルバニーズ (2013), 前掲書 p.161
- (22) AA (1996), 前掲書 p.118
- (23) AA (2001), 前掲書 p.147
- (24) AA (1996), 前掲書 pp.97-116
- (25) パウル・エンメルカンブ, エレン・ヴェーデル (2010) 『アルコール・薬物依存臨床ガイド ——

12 ステップを用いたセルフヘルプグループにおけるエンパワメント過程を探る (塚本真代)

- エビデンスに基づく理論と治療——』小林桜児・松本俊彦訳、金剛出版 pp.134-135
- (26) ヘイゼルデン・ファウンデーション (1991) 『「アルコールリクス・アノニマス」のプログラム
フォーユー——アディクションから回復するための12のステップ——』A Program for You 翻
訳チーム訳、特定非営利法人ジャパンマック p.98
- (27) AA (2001), 前掲書 p.62
- (28) OA (2009) 『オーバーイーターズ・アノニマス 十二のステップと十二の伝統』日本サービス理
事会訳、日本サービス理事会 pp.37-38
- (29) AA (1996), 前掲書 p.127
- (30) ヘイゼルデン・ファウンデーション (1991), 前掲書 p.103
- (31) OA (2009), 前掲書 p.57
- (32) AA (2001), 前掲書 p.88
- (33) 野口裕二 (1996), 前掲書 p.68
- (34) エドワード・J・カンツィアン, マーク・J・アルバニーズ (2013), 前掲書 p.21
- (35) エドワード・J・カンツィアン, マーク・J・アルバニーズ (2013), 前掲書 p.114
- (36) OA (2009), 前掲書 p.91
- (37) Overeaters Anonymous (1982) 『For Today』Overeaters Anonymous Inc. p.204 OA (2009),
前掲書 p.105
- (38) 上岡陽子・大嶋栄子 (2010), 前掲書 pp.58-63
- (39) 「神さま、私にお与えください。自分に変えられないものを受け入れる落ち着きを、変えられるも
のは変えていく勇気を、そして二つのものを見分ける賢さを (God grant me the Serenity, to
accept the things I cannot change, Courage to change the things I can, and Wisdom to know the
difference)」。
- (40) エドワード・J・カンツィアン, マーク・J・アルバニーズ (2013), 前掲書 p.3 p.64 p.158
- (41) 齊藤学 (1986) 『アルコール依存症に関する12章』有斐閣 pp.40-46 pp.146-150
- (42) 今道裕之 (2005), 前掲書 pp.36-37
- (43) 野口裕二 (2005) 『ナラティブの臨床社会学』勁草書房 pp.102-123
- (44) 西川京子 (2006) 『アルコール依存症患者・家族へのエコロジカル・ソーシャルワーク——質問
紙調査と予後調査に基づいて——』相川書房 pp.23-24
- (45) Gartner, A. & Riessman, F., (1977) “Self-help in Human Services” Jossey Bass Pub. アラン・ガー
トナー／フランク・リースマン (1985) 『セルフヘルプ・グループの理論と実際』川島書店 pp.
131-132
- (46) 中田智恵海 (2009) 『セルフヘルプグループ 自己再生を志向する援助形態』つむぎ出版 p.9
- (47) 葛西賢太 (2007), 前掲書 p.27
- (48) 久保絃章・石川到覚編著者 (2001) 『セルフヘルプ・グループの理論と展開——わが国の実践を
ふまえて——』中央法規出版 p.40
- (49) デビッド・D・バーンズ (2004) 『いやな気分よ、さようなら——自分で学ぶ「抑うつ」克服法』
(第2版) 星和書店 p.35
- (50) 平野かよ子 (1995) 『セルフ・ヘルプ・グループによる回復——アルコール依存症を例として
——』川島書店 p.62
- (51) クラウディア・ブラック (1998), 前掲書 p.25
- (52) AA (1996), 前掲書 p.123
- (53) ジョー・マキュー (2008) 『「アルコールリクス・アノニマス」回復の「ステップ」——依存症か
ら回復する12ステップ・ガイド——』依存症からの回復研究会 p.98

- (54) エドワード・J・カンツィアン, マーク・J・アルバニーズ (2013), 前掲書 pp. 21-23
- (55) 久保絃章・石川到覚 (2001) 『セルフヘルプ・グループの理論と展開 —— わが国の実践をふまえて ——』中央法規出版 pp. 43-44
- (56) AA (1996), 前掲書 p. 138
- (57) OA (2009), 前掲書 p. 4
- (58) AA (1996), 前掲書 pp. 67-72
- (59) 葛西賢太 (2007), 前掲書 pp. 73-76
- (60) 湯浅泰雄・春木豊・田中朱美監修 (2005) 『科学とスピリチュアリティの時代 —— 身体・気・スピリチュアリティ』星雲社 pp. 109-110
- (61) V・J・ターナー (2009), 前掲書 p. 162
- (62) パウル・エンメルカンプ, エレン・ヴェーデル (2010), 前掲書 p. 94
- (63) 中田智恵海 (2009), 前掲書 p. 17

〔参考文献〕

- 岡 知史 (1999) 『セルフヘルプグループ』星和書店
- 香山雪彦 (2007) 『食を拒む・食に溺れる心 不安という時代の空気の中で』思想の科学社
- 久保絃章 (1988) 『自立のための援助論 —— セルフ・ヘルプ・グループ ——』川島書店
- 久保絃章 (2004) 『セルフヘルプ・グループ —— 当事者へのまなざし』相川書房
- Hamilton B. (1996) 『Twelve Step Sponsorship HOW IT WORKS』HAZELDEN

(つかもと まさよ 社会福祉学研究科社会福祉学専攻修士課程修了)
(指導 中田 智恵海教授)
2014年9月29日受理